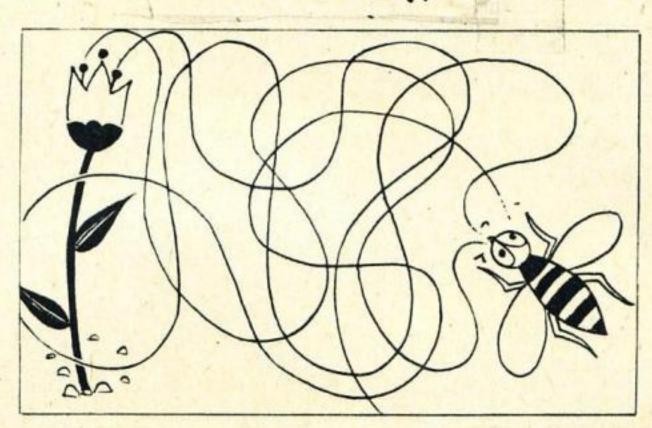


أجلمنسالى



متاهة النحلة والزهرة

هذه النحلة تريد الوصول الى الزهرة لتمتص رحيقها وتحوله الى عسل حلو ٠٠ ولكنها لا تعرف الطريق الى الزهرة، فهل تستطيع أن تدلها على الطريق الصحيح من بين الطرق الثلاثة التى أمامها ؟ أقلب الصفحة لتعرف الحل

الحل : الطريق رقم ٢ هو الطريق الصحيح

صورة الفلاف

 و كان لقاء ممتعا مع شاعر الشباب «احمد زامی » الغلاف، بریشةالفنان: محمد التهامی • انظر صفحتی ۱۱،۱۲

أخباره طرائف

صحوده ۱) على درجـــة شحوده ۱) على درجـــة الماجستير بعد حصـوله على بكالوريوس الزراعة . وهـذا ليس غريبا ولكن الفريب هو ان ((سلمى)) رجل بدوى ويعمل راعيا للاغنام في منطقة جبل المفارة شمالى سيناء . الست معى في ان من يريد العلم رااعرفة لايموقه شيء

• أريد أن أتعلم - أريد

أريد أن أعمل وأنا أتعلم

أريد أن أتعلم وأنا أعمل

في ألمانيا وهي المدرسـة التي

زارها وزير من الهند وقال:

" كم ارغب أن يكون لنامدرسة

مثلها في الهند " . أن طلبة

هذه المدرسة منسن السادسة

حتىسن الثامنة عشرة يتعلمون

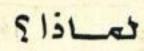
بعض الصناعات والحرف

اليدوية حنب الى جنب مع

دراستهم الاصلية ..

انه شعار احدى المدارس

أن أعمل



♦ ما هـو السر في أن الوردة
 رائحتها جميلة ؟

السر هو ان في كل زهرة رائحتها بيلة، عددكبرمنالاكياسالصغيرة جدا ممتلئة برائحة العطر الجميلة ..

وعندما ترى الزهرة فراشة ، فانها تفتع احد اكياسها فتنتشر دائحة العطر منها فتجذب اليها الفراشة وتحط على تبلاتها العطرة، والفراش بطبيعته حسساس جدا للرائحة العطرة !



مجدة اسبوعية عسداعن مؤسسة دار المسلال تليفوت ١٩٠٠

رُيسة التحرير:

نسيلة راشد (مامابني)

سكرتيرالغرير ،

رمسيس كاميل

قيمة الاشتراك السنوى

قيمة الاستراك السنوى - ٥٦ عددا - ق الجمهورية العربية المتحدة ، ١٥ قرشا صاغا - ق السودان ، ١٥ قرشا سودانيا - ق الامريكيين ٨ قرشا سودانيا - ق سوريا ولبنان ١٥٠ لرد - قي بلاد الحاد البريد العربي جنبهان - ق الامريكيين ٨ دولارات - ق سائر انحاء العالم ، ٥ شلنا - والقيمة سيدد متسدما لقسم الانسرائات بداد البيلال ، ق الجمهورية العربية المتحدة والسودان بحوالة بريدية -ق الخارج بتحويل مشرق او نشبك مصرق قابل الصرف ق الجمهورية العربية المتحدة

نمن العدد قطر والبحرس ١١ انه - لسبا - بنغازي - طرابلس .ه ملسا - الجزائر ٧٥ فرنكا - الغرب ٦٠ فرنكا جميع المراسلات : ١٦ شارع محمد عز العرب بالقاهرة قيمة الإشتراك السنوى



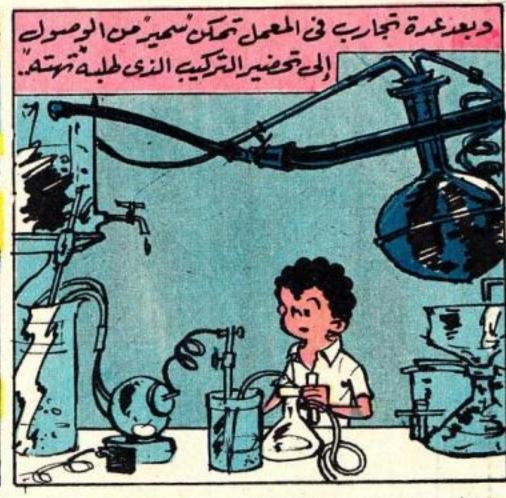






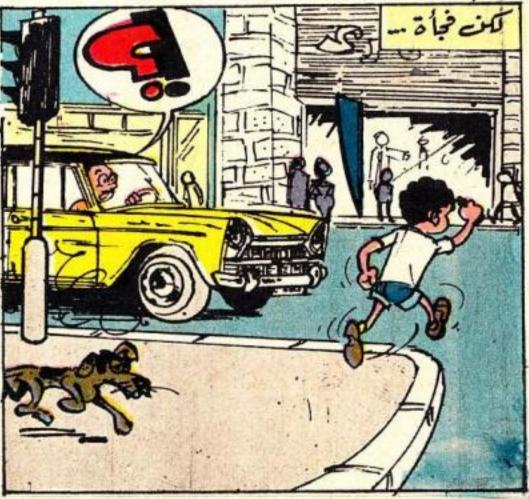




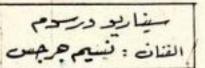














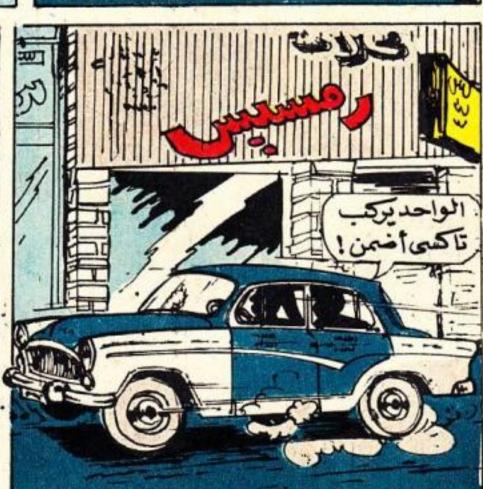








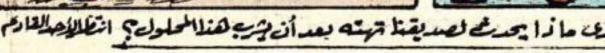






سايب الحراسة وواقف تكلم ففسك باعسكري الفسك باعسكري المابط المابط المده واحد أعطاني زجاجة الدوا دي وقال لي أومبلها لتهنه المابية المابي







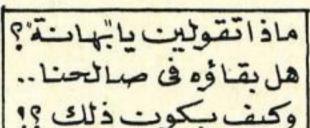


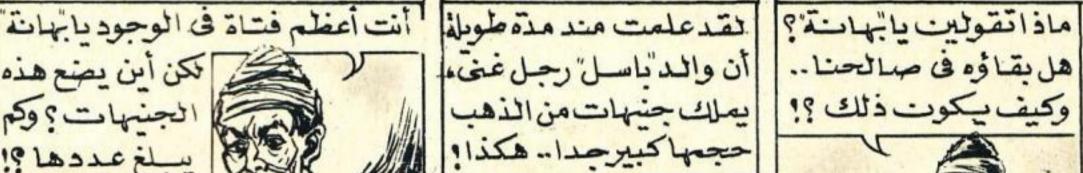
الكن أبن يضع هذه

سلغ عددها ؟!

بالغانة الذئاب























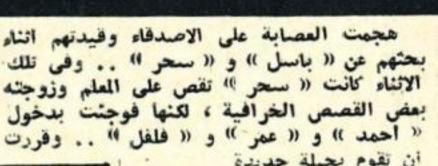








سيناريو وجوار: صوفى عبداللم بريشة الفنان: عدلى رزق اللم









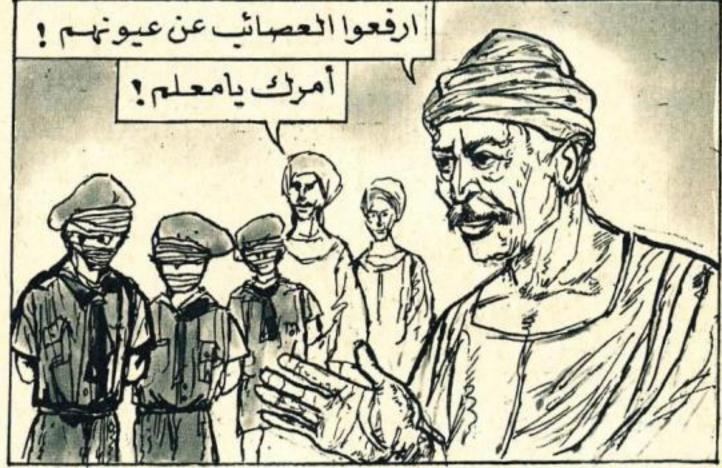
سوف أرسم كم المكان

فشرحه صعب!







































کان « تمتم » و « هادوك » يبحثان عن صديقهما (ا تشانع الله سقطت بهطسائرة في جبال التبت ، ومعهما الدليل « الدكي » ولجا الاصدقاء الى احسد الاديرة حيث كان الاب « باتو » الذي كان يتحدث عن (تشانج) و کانه براه ... ۱ د















اسمع باكابتن ، بكره أناح ا تجه



















اتعلمتوه في المدرسة؟

































































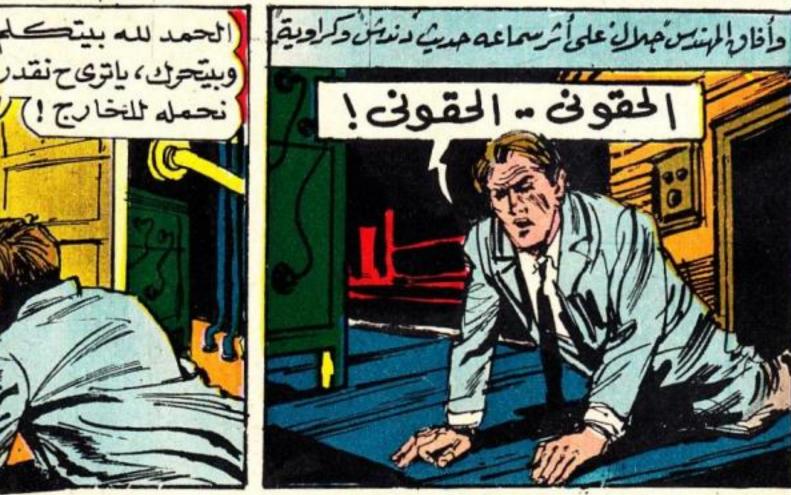
سيناريو درسوم انفنان صعلع

كان ((دندش)) و (۱ كراوية)) يزوران مصنع شركة الغزل والنسيج ودخلا مم المهندس ((جلال)) غرفة التجهيز عندما شب حريق في المصنع ، واستدعى مدير المركة رجال المطافىء ...















تري ما ذاسيحدث للصديقين



آبحث عن بیت ((رامی)

لقاء كذبوع مع:

اعبر المحالة ا

ريكون صورا ومعاني، واصلح الشعر للغناء ماكان منظوما لين الالفياط من رايي ان الشياعر وخاصة ناظم الاغاني لابد ان تكون له أوزان موسيقية . والافضل أن يكون عنده بعض الالمام بأصيول الموسيقي وانواعها .

رامى وشعر الاطفال

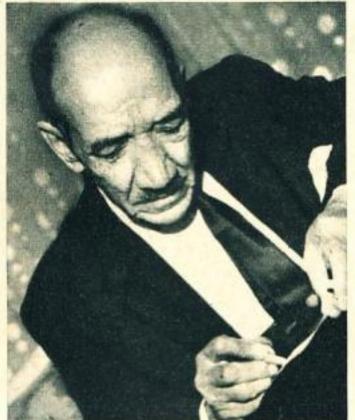
ويقول ((رامى »: - اذكر اثناء انشفالى بالتدريس اذا كلفت بحصة اضافية لاحد الفصول افاجىء التلاميذ بان اطلب منهم ترتيب ادراجهم ، وأعطاء هدية لصاحب أحسن درج ، وكنت افعل هذا لاجد بعض الوقت لنظم قطعة صفرة لهم، ثما ختار نفما شائعا لاغنية واقراها عليهم وهم يرددونها بعتدى حتر، يحفظوها عن ظهر قلب .

صحافة أطفال سنة ١٩٢٢

وطلبت من ((رامی)) ان سمعنی قطعة من هذا الشهر، فاعتدر بأنه لا يذكره، ولكنه كان يحتفظ بمجلة ((المدارس الابتدائية)) . ، التي كانت تصلدر عام ١٩٢٢ وبها كثير من الشعسر الذي نظمه

وتجد في كل صفحة من صفحات المجلة قطعة للشاعر دامي وهذانشيد الشياب .

نحن الشباب الزاهر روض البـــلاد الباكـر كل مجــد ســاهر يسعى لاسمـاد الوطن بنفوسنا عزم الشباب وسميرنا هـذا الكتاب آمالنـا في كل باب وجمالنـا الخلق الحسن وجمالنـا الخلق الحسن



(أحمد رامى)) يكتب أجمل الكلمات عن ((مجلة سمر))

اليسوم فجسز وغسدا شمس تفيء البسدا انا واهلينسسا فدا يامصر روحسسا وبدن

أدب الاطفال أصعب انواع الادب

واستمر ((رامي)) في حديثه عن صحافة وادب الاطفال - أدب الاطفال ناحية هامة من نواحي الادب ، ولقد اهتم به الشعراء في كل عصر ، فان ((لفيكنور هيجو " كتابا من الشعب للاطفال . و(ا لاوسكاروايلد)) كتابا يحوي كثيرا من القصص . وكان المرحوم ((كامل الكيلاني)) اغلب انتاجه عن الاطفال . وانا أرى ان الكتابة للنشءناحيةهامة وانا أرى ان الكتابة للنشءناحيةهامة من نواحي الادب لابد من تشجيعها والاكثار منها . وان أصسعب انواع

شاعر الشباب يستمع الى سؤال منمندوبة « مجلة سمير » نجيبة حسين



ذهبت في شارع منية الاصبع بحدائق القية ... لم المن المدف رقم المنزل .. اسم الشارع فقط ، وكنت واثقية انني سأعرفه بسمهولة ، وفي طريقي سمعت صوت ((ام كلثوم)) ينبعث من احدى النوافذ .. فتأكدت ان هذا هو بيت ((رامي) بابه ، وفتحت لي ((الهام)) ابنية وطرقت بابه ، وفتحت لي ((الهام)) ابنية الذي الشاعر .. وفعيلا كان البيت الذي الشاعر .. وفعيلا كان البيت الذي يملأه صوت الكروان .. صوت ((أم كلثوم)) .. بيت ((أحمد رامي)) .. شاعر الشباب ، وعندما رآني قفز في شاعر الشباب ، وعندما رآني قفز في (سمير)) .. ولم أكن اتصوره نشيطا خفة يستقبلني ويرحب بي وبمجيلة (اسمير)) .. ولم أكن اتصوره نشيطا الي هذا الحد .. فقلت ؛

- ایه الشباب ده کله ؟
- اصل انا راجع من لبنان ..وقد المضیت فیها آیاماً سعیدة فعاد الی الشباب زی ماانت شایفة .

شاعر الشباب لقب

وسالته عن سبب تسميته بشساعر الشباب فقال :

كنت أرسل قطعا من شعرى الى (مجلة الشباب » فاراد صاحب المجلة أن يكرمنى فأطلق على شاعر الشباب . ولا أعرف أن كان هذا اللقب يناسبنى الان أم لا ، ولكنى اعتبره اسمالاصفة تماما كما نجد اللوكاندة الجديدة في كل بلد هي اقدم لوكاندة فيها

يستنوحي الشعر من تحت السرير

وسالته: انا سمعت انك كنت تفعد تحت السريرو ((عبدالوهاب) يلحن صحيح الحكاية داي ؟ .

فضحك من قلبه وقال لم : مين قال لك الحكاية دى ؟ فعلا صحيح . . كنسريرزى كنت انام تحت السرير - لكنسريرزى بتوع زمان عالى عن الارض وكان عبد الوهاب » يزورنى فكان يجلس فوق السرير وانا أختبىء تحته وأسمعه يعزف عزفا خفيفا يبعث في نفسى الحنين الى النظهم وكنت اذا نظمت بيتا أو يبتين أخرج رأسى وأملى عليه مانظمت فيستمر في تلحينه .

الشاعر والموسيقي

واستمر في حديثه عن الشعر . . الشعر الشعر الشعر نفسه موسيقي وأوزان قبل

الكتابة هي كتابة الاطفال . فالكاتب عليه أولا سهولة الاسلوب في الكتابة والمعانى والالفاظ ، حتى تتناسب مع ادراك الطفل وتربى فيهالاخلاق والمعرفة والعلم مند حداتنه .

نصيحة لقراء ((سمير))

ويقول ((رامى)) : أن للاطفال أذنا موسيقية مرهقة ، ومثالنا على ذلك ان كثيرا منالاطفال يرددون الفناء ويحفظونه يسرعة مذهلة بالنقم الموضوع له .. وقد يحدث ان ينسى الطفل جزءا من الكلام فيكمله من عنده بكلمات تتزن مع النظم .

وكثير من النشيء يحاولنظم الشعر في سن مبكرة وقد يكتبماينظمهعلى الوزن الصحيـع بشيء من الخطأ في النحو او الصرف .. فهــؤلاء يجب تشجيعهم على الاستمرار في هــــده الهواية وذلك بقراءة الشعر والاطلاع.. كما يجب الاهتمام بهم في هذه الناحية بالقدر المستطاع بحيث لا يشغلهم عن الدراسة ، فإن الشاعر الموهوب ينشأ على حب الشعر منذ طفولته . . واني اذكر عن نفسى عندماكنت اقع على جزء من كتاب ((الفليلة وليلة)) لاأقرأ القصص يل ابحث عن الاشعار الكتوبة فيه .

اكثر من مائتي اغنية من بينها قطع

أطرف ذكرياته مع ام كلثوم

وسألنه عن اطرف ذكرياته مع ((ام كلثوم ١١:

ضحيك . وقال لى : كانت مرة عازماني، على سينمــا مترو في حفلة الساعة العاشرة.. وذهبت وانا في غاية السعادة أنتظرها ..وطال انتظارى.. ولم تحضر «ام كلثوم»، وعدت الىبيتى وبيني وبين نفسي اعلنت الخصام لكن لم تمض دقائق حتى اتصلت بي ((ام كلثوم)) في التليفون وهي في غاية السمادة والرح وتسالني: انت رحت با (ارامی) السينما؟ قلت لها:دهاسمه كلام، ليهعملت كده؟ فردت وهي تضحك النهارده أول ابريل يا « رامي » .

ذكريات مع حفلات ام كلثوم

واستمر ((رامي " في حديثه عن ذكرياته مع ((ام كلثوم)) وحفلاتها . كئت دائما حريصا على حضور حفلات « ام كلثوم » وكثيرا ماكان يحدث أن اسافر من بلد الى بلد لحضوراحدى هذه الحفلات واقفا طول الطريق في



« رامی » بین اولاده ..

رباعيات الخيام

واستمر ((رامى)في حديثه : ولقد درست اللفة الفارسية حين بعثنني دار الكتب لدراسة فنون المكتبات . . وقد سررت كثيرا بدراسة اللفة الفارسية لاني كنت ظمآن الى قراءة((رباعيات الخيام" بلغتها الاصلية .

وبذلك كنت أول شاعر عربى يترجم ((رباعيات الخيام)) الى الشــــور العربى عن الشعر الفارسي. وقد غنت (أم كلثوم جزءا منها .

٢٠٠ أغنية لام كلثوم

وسالته: كم أغنية الفتها (الام كلثوم))؟ - انا نظمت اسيدة الفتاء ((ام كلثوم))

للفناء على المسرح وقطع للسينماواخرى للمناسبات الوطنية والاجتماعية

الشاعر في كلمات

بعض الفاكهة .

استمع اليه . . وتتبعته وانا اردد معه

مايقول، ولم أحس باني ظللت سائر امن

ميدان السيدة زينب الىبولاق. وقد

شعر بي أخيرا بائع الخصوخ فاعطاني

• (دامي)) بدا ينظم الشمر وهو في الخامسة عشرة من عمره، وكانطالبا بمدرسة الخديوية الثانوية

• و((رامي)) شاعر طيب القلبفلم يحدث في حياته أن هجا انسانا مهما حدث منه .

• ولقد كان يعمل أمينا لدار الكتب المصرية ورئيسا لقسم فهارسها • والرامي» يعمل الان مستشارا ادبيا في الاذاعة، وعضو لجنةالنصوص حيث يشرف على المنظومات واختيار الصالح منها للاذاعة

الشاعر لم ينجب شعراء

و(الرامير) ابنان هما(توحيد)امهندس و ((محمود)) طبيب وابئة هي ((الهام)) طالبة بكلية الهندسة.. والفريب أن الشاعر لم ينجب شعراء .

رامى يقول زجلا لحلة ((سمر))

وسألته عن قطعة شعر أو زجل لجلة ((سمير)) . . ففكر قليلاتم بدأينظم الزجل: _

احب أقرأ دايما مجلة ((سمير)) علشان هی احلی آنیس او سمیر تناجى خيالى وتسعد فسؤادى بقصة جميلة تربى الشمسور وأشوف في كالامها صورمن صبايا وانا لسه عمرى وعقلي صفسر تعيش المجــلة وداد الهلال تعيش « ماما لبنى » وتفرح كتير وودعت شاعر الشباب ولازالت كلماته الرقيقة تتردد في أذنم، كالانغام .. لقاء ممتع مع شاعر الشباب «احمد دامی ۱۱ .

نحيبة حسين

« رامي » . . وضحكة من القلب



القطار . . واذكر جيدا انني سافرت من القاهرة الى بنى سويف لحضور حفلة غناء لها وبصعوبة بالفة تمكنتهن حجز كرسى ، وبعد انتهاء الحفلة لم اجد مكانا امضى فيه هذه الليلة .. فعدت الى الحطة وامضيته . الرصيف في انتظار أول قطار .

اطرف قصة من طفولته

ودوای الی (دامی)) اطرف ذکریات _ انا كنت طول عمرى احب الغناء والموسيقي منذ طفولتي.. وكنت حب جدا الاستماع الى البائمين المنجولين وهم ينادون علىبضائعهم وخاصة باثعي الفاكهة . واذكر اننى اعجبت مرة بصوت بائع خوخ بنادى على عربة يد فظللت

نعم .. اسمع اصواتاغريبة .. تشبه طنين النحل . قال « اسامة » : - انه يشبه صوت النحل فعلا . . ولكن كأنه نحل بصرخ

الجهة التي يأتي منها الصوت /. فلما اقتربا رأيا منظرا في غالة العجب .

كانت هناك مجموعة صغير من النحل ، تشتبك في معركة عنيفة مع عدد من (الدبابير) والقتلى من النحل يتساقطون على الارض . . والباتي مستمر في فتال (الدبابير) . ثم اتت اسراب اخرى من النحل . . عشرات وعشرات . والستركت في المعركة ، وكثر القتلى من الجانبين ، وكان

ه الدباير ه ٠٠ قالت « امانی » ولكن . . النحل المسكين . ماذا سيفعل . . ؟! قال « أسامة »: ان النحل الشجاع يدافع عن نفسه ومساكنه . . ولهذا لن يهرب أو يتراجع ٠٠ واخذ « اسامة » و «اماني» ينعاونان على تسزويد الكومة بالاعشاب الجافة وقطع الاحجار الصغيرة ، وجعلا كلُّ هذا على حرف الحائط ، بحيث يستطيعان بسهولة أن يرمياه كله مرة واحدة فسوق ميدان المعركة . . وعندماانتهي العمل

ان يتزحزح من مكانه •

لقد مات منه الكثير ا

قالت « امانی »:

قال « أسامة » :

قالت « أماني »:

هيا بنا نساعده . .

قال « اسامة »:

_ مسكين هذا النحل ، .

ان (الدبابسر) هي عددو

النحل رقم ١ ، ويظهر أنها

تهاجمه الآن لتأكل منه العسل

_ اذن فان هذه « الدبابر »

لصوص معتدية . . والنحل

مفید ذافع یا « اسامة » ...

ولكن ٠٠ ماذا سيفعل

ماذا نفعل ووالدبابر واكبر

« اذا كانت «الديابير «قوية

وكثيرة ٠٠ فنحن عندنا العقل،

ان العقل هو آكبر سلاح عند

هیا نفکر یا ، أمانی » وکل

وأخذ بنظر حوله ٠٠ ويفكر

سارت « امانی » معاخیها

وهنأ قال « أسامة » وهو

بشير الى جزء من الحائط الذي

عل ترين هذه الكومة ؟

_ نعم اراها ، ولكن ماعلاقة

اننا اذا تعاونا معا والقينا

هذه الكومة من التراب واوراق

الشحر الحافة والاححار

الصغرة فوق المعركة ، فانها

ستحدث أضطرانا وتهسسرت

قالت (أماني) :

« اسامة » وصعدا فوق حائط

قديم محاور ! حتى اصبحا

با «أماني» . . ونحن صغيران

هــــكذا . . لن نتغلب على

(الدباير) الكشرة القوية ؟!

قالت « امانی »:

منا قوة ، وأكثر عددا ؟!

قال « أسامة »:

الانسان ٠٠٠

عقدة لها حل ٠٠

. . و فجأة . . قال :

فوق مكان المعركة .

لقفان فوقه:

و (الدباير) ؟ . .

قال « اسامة »:

فكرة . . تعالى معى



قال « أسامة » : والآن سأعد حتى ثلاثة . . (الدبابير) المعتدية . . . واحد ٠٠ اثنان ١٠٠ ثلاثة ٠٠

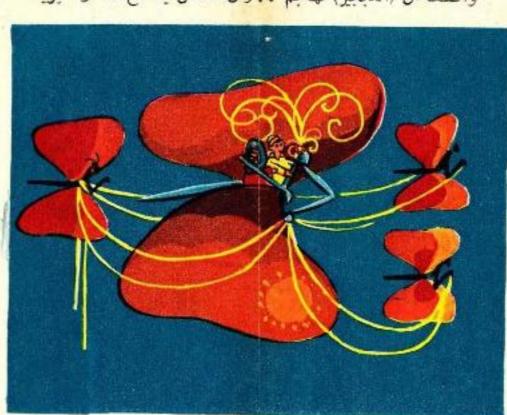
و دفع « اسامة » و « أماني » الكومة نقوة وهما نصرخان بصوت مخيف ٠٠ فسيقطت فوق النحل و « الديابير » ٠٠ وامتلا الحو بالتراب والحصي والاحجاد واوراق السحر .. ونظر (عقلة الصباع) حوله

. . فرأى منظرا عجبا . . ماذا رأى ٠٠٠ ؟

وماذا حدث بعد هذا ٠٠٠ ؟ وهل نجحت الفكرة .. ؟ انتظر الاحد القادم

بعنف وشدة . . تعالى لنرى ونعرف الحكاية . .

واضحا أن (الدبابير) تهاجم . . وأن النحل بدافع . . ولا يريد



موكب الفراشات سر « اسسامه » وسرت اخته «اماني» سرورا كبيرا . . وشكرا الفراشة . . وركباعلى ظهرها . . فأخذت تطير بهما ، وتشقل بين الازهار .. وحضرت بعض الفرائسات الجميلة الاخرى . . واخذت تطير حولهما وترفوف بالوانها الزاهيسة « وأماني » تغني ، والجميع يرددون وراءها فوق الزهود ٠٠ بين الاشجار طيرى بنا وسيط الانهوار يافراشاتي كل الهنا ٠٠ حولي هنا ٠٠ غني لنا ١٠ لحين المني ١٠ يافراشاتي فوق الـزهور ٠٠ بين الاشجار طرى بئا ٠٠ وسط الانوار بافراشاتي وأخذت الفراشة التي تحملهما ترتفع الى أعلى حتى وصلت الى قمة شجرة عالية . » وفحاة ٠٠ اصطدمت ۱۱ امانی ۱۱ بفرع شجرة . . واختل توازنها . . فسقطت من على ظهر الفراشة وتعلقات بورقة صحفيرة في الفرع الكبير . . فألقى «أسامة» بنفسه وراءها لينقلها .. ولكنهما سقطا معا الى اسفل ٥ حتى وقعا وسط كومة من الاعشاب واوراق الشجر . . ونهض « اسامة » وسأل اخته: - هل انت بخير يا «اماني» قالت « اماني » : الحمد لله ما «أسامة» .. لقد وقعنا من مكان عال جدا . . ولولا هذه الحشائش لتكسرنا قال (أسامة » : _ لكن ابن ذهبت الفراشة؟ قالت « أماني »: لا ادري دا « أسامة » - ٠ واعتقد انها لا ترانا . قال (أسامة) : انصتى يا « أماني » . . هل

تسمعين شيئا ٠٠٠ أأ

والصنت قليلا . . ثم قالت ،

 m_{σ} له ١١ (الحساءالسصاء

ركن الرمايضة ١٥٠ ركن الرمايضة



مدُول و مددن خی مغطس ..!

« احمد صالح بشير » عمره ۷ سسنوات وتلميذ بمدرسسة محسب بالمحلة الكبرى . « صلاح حسنين النمورى » عمره اسنوات وتلميذ بمدرسة صندفا الابتدائية بالمحلة .

رايتهما في السابقة الاخسيرة لبطولة الجمهورية في السسباحة والقفر ورأيت التصفيق الحساد الذي قوبلا به وهما يقفران في الماء في خفة ورشاقة . وقسد



صلاح التمور واحمد بشير

تعجبت متى بدأ هذان البطلان
تدريبهما على القفصر وكيف
يحصل « أحمد صالح بشير »
على المركسز الاول في بطسولة
الجمهورية للفطس تحت ١٢سنة،
ويحصل « صلاح النمورى » على
المركز في السلم الثابت والمتحرك
وعرفت السبب .. انهما نشآ
بالقرب من حمام السباحة لان
والد «أحمد» يعمل غطاسا في حمام
والد «أحمد» يعمل غطاسا في حمام
غزل المحلة وتتكرر نظرية ابنالوز

• انالمدبين يتوقعون «لاحمد» و «الصلاح» تقدما سريما وعظيما في الغطس .. لانهما بدآ صغيرين.. اجمل تمنياتي الطيبة للبطلين وللغطاس «صالح بشير » الذي جعل من ابنه « احمد » بطالا

عوام وتتحور ونصبح ابن/الفطاس

عوام ..

تارین محسبح

يقدمها: ماهر صالح

الدرس السادس

النمرين الحادي عشر : ((شكل ۱ ۲ ۱)

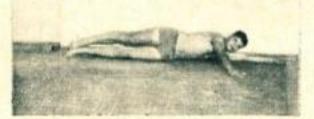
الوضع الابتدائي : « شكل!» «الجلوس» الصدرمرفوع ، الرقبة مسئودة ، الرفقان للخلف .الذقن لاعلي . الساقان مفتوحتان

الحركة : ١ - لف الجسدع لليسار لابعد مدى ممكن ، مسع مراعاة الاحتفاظ بالرأس عاليا والصدر مرتفعا ، المرفقان للخلف الساقان مفرودتان ((شكل ٢٠١))

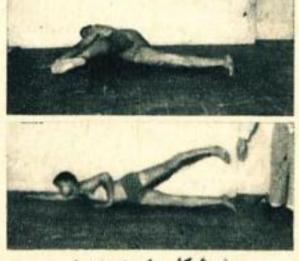




(شکل ۱ ، ۲)



(شکل ۳)



(شكل } ، ه)

٢ - ارجع للوضع الابتدائي

پ کرر الحرکة بتوقیت منتظم
 من ۱۰ الی ۲۰ مرة ، ثم اعدد
 التمرین للجهة الیمنی

التمرين الثاني عشر : « شكل ۴ ، ٤٠٣)

الغرض: تقوية الجزء الاسفل من الجدع وعضلات الفخدالامامية والخلفية

الوضع الابتدائی : « شكل ۱۲ » « الرقود جانبا » سسند الرأس عسلی الذراع الیسری المفرودة . السند بالید الیمنی علی الارض ، تقوس الظهر ، شد الشطین

الحركة: مرجحة الساقين بالتبادل اماما وخلفا مع الارتكاز عند الوسط « شكل ٤،٥ »

* كرد الحركة بتوقيت منتظم من من ١٠ الى ٣٠ مرة مبتدئا من اليمين ثم من اليساد

هلأنت مغرورة؟

١ _ هل تودين ان تصلى الى مرکز اجتماعی کبیر ؟ ٢ ـ هل تفرضين ادادتك على

٣ ـ هل تتضايقين عندما يوجه اليك لوم او تأنيب ؟ ٤ ـ هـل تشعرين بمتعة في

سخريتك بالاخرين ؟ ٥ - هل تلجئين الى المبالغة لرفع قيمتك في نظر الاخرين ؟ ٦ _ هل تقارنين نفسيك بالاخرين وتحاولين اظهار امتيازك

٧ - هل تحبين المساخرة بمعلوماتك ؟

٨ - هل تميلين الى اتقــان عملك وواحباتك ؟

٩ - هل يدفعك طموحك الي اتقان واحساتك ؟

١٠ ـ هل تدافعين عن رايك بشجاعة ؟

١١ - هــل تفخرين بمركز والديك واقربائك الاجتماعي ؟ فيما يتملق بخطك « بخط يدك او كتابتك »

١٢ - هل حروفك تميل الى الضخامة ؟ ١٣ - هـل تطيلين الحروف

المنتصبة والمحدودة ؟ ١٤ - هل تميلين الى الخط

تقدمها: بشينة البياحي

حميل جدا اننعرف أخطاءناوعيوبنا ونحاول ان نتفاداها

ونفير من انفسنا ١٠٠ اسألي نفسك هذه الاسئلة وأجيبي

عنها بصراحة « بنعسم » او « لا » • •

اعطى نفسك درجتين اذا أجيت « بنعم » عن الاستلة : ١ ، ٨ 11 6 1. 6 9 ودرجتين اذا اجبت « بلا »

عن الاسملة : ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥ 136 18 6 17 6 17 6 V 6 7 حصلت على

۱۸ الی ۲۸ درجه

فانت على قدر كاف منالطموح والاعتزاز بالنفس ولكن أحدري ان تبالغي في تقدير نفسك

١٠ الي ١٨ درجة

عندك قدر كاف من الطموح والاعتزاز بالنفس ولكنك تميلين الى الفرور قليلا

اقل من ٨ درجات

بعد ان تقرئي هـذا الاستفتاء ستكونين قد تعلمت أن الفرور صفة غير جميلة فلا تسلكي طريقه وحاولي التواضع فهو اجمسل صفات الانسان!

كيس للنظارة

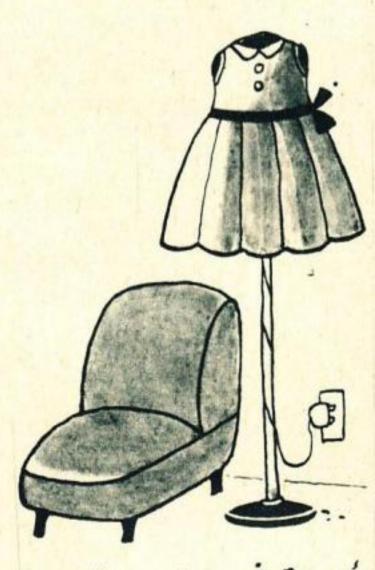
طريف جدا .. عبارة عن كرافتة مهملة وما عليك الا ان تتبعى الخطوات التالية : ١ _ ادخلي النظــارة في الكرافتة من الناحية العريضة حتى تتمكني من تقسدير طول

٢ - اثنى بقسة الكرافتة وعند فتحة الجراب قمي الزائد منها. ثم بفرزة سحرية ثبتي الجزء المثنى كما هو في

المتسقى فيونكة جميلة وثبتيها عند نهاية الجراب

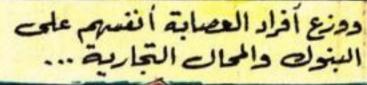
جميل الجراب .. اليس كذلك ؟





أياجورة فى منزك خيالهة [11]

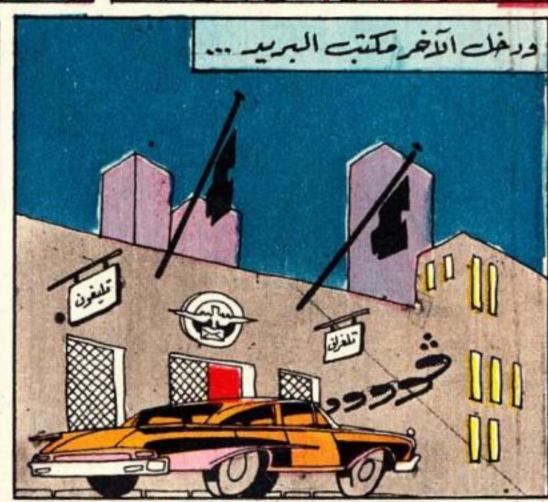
وعصابة التاكسيات



















حوار: وليم الميرى للفنان: لطفى وصفى

وضع العلم « بحر » خطة لسرقة أحد الاحياء في الاسكندرية بمساعدة بعض معاونيه منسائقي الناكسيات ، وأشاع ان الحي معرض للاشعاعات الذرية فهجر الإهالي الحي ...











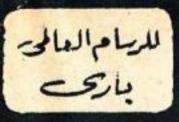
لا ياشيخ .. إنت فاكر نفسك إيه علشان تصدر لى أوامر؟! خليك عندك والا

ورفع"ملية" الرجل في الهواء



ترى هك يستطيع" بلية "اجبار الرجل على تنفيذا وامروى انظرال عراقات

















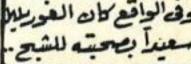






. عثر الشبح على. غوريللا صغير سيسماه ((بوبو)) وتركه في قرية « الومبيزي " للعناية به ، ولكن حارسه « تولا " عدبه فهرب الى الغابة ، ولما كبر بدأ ينشر الرعب في الغابة ، وعثر عليه الشمسيح واستطاع ان يكتسب صداقته وجمله يسير خلفه في هدوء ..















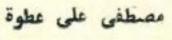






ترع هل يعود بويد لحالته الأولى؟ اتطرينطلقان



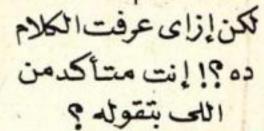


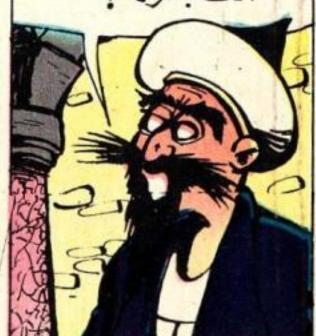


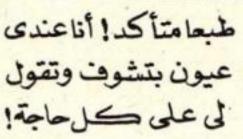
KING FEATURES

المالية



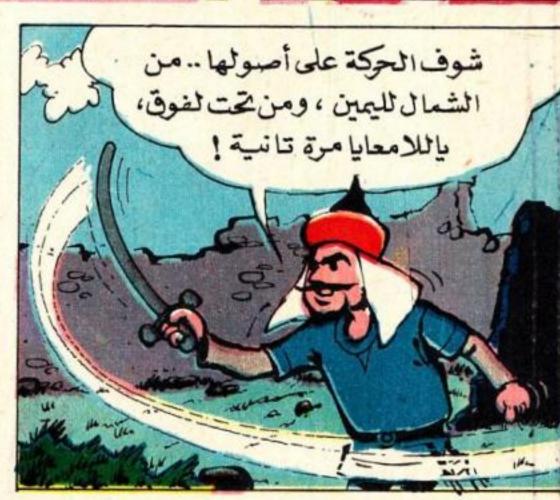














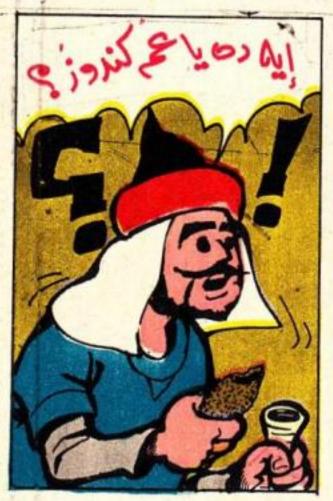




التف الاهالى في قرية « النبع » بجبل لبنان حول « علاء » ليخلصهم من الحساكم الظالم ، وكان الحاكم يحاول القبض على «علاء» و صديقيه «كندوز» و « باسم » بمساعدة « تيمور » ، وبينما كان « علاء » يدرب «باسم» على استعمال السسيف ابلغ « تيمور » الحاكم باستدعاء « علاء » لانقاذ الإهالى واعلان الكفاح

سیناریو: صوفی بریش: مادی



















تربي من ميكويت صاحب لهذه الخطوال في انظراللهدالهادم





و سرافيل الدبيين















أنالازم أخلص عليهم



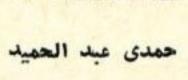














كان افراد سيرك ((عماد)) في ((تايلاند)) لصيد الفينة

اللاكامة للسيرك بمساعدة الصياد « تكرز » والدليل « سيام » ولكن « تكرز » نامر مع « لى - هاى » وحبين " بسامح " و « فاتن " و « بسفروت " و ﴿ سيام) في سجن رهيب يحرسه ﴿ ميشا ﴾ المرعب، ولكن الاصدقاء تمكنوا من الفرار

















... بعد الضربة دى ا



















خصة من كتاب في المرافق والزكرياني والزكرياني

الرساء الخيسة

للأستاذ عبرالقادرالمازيخ

_ الاسماء الخمسة يا اولاد . . سموها خمسة ليه ؟ . . عشــان خمسة ليه المــان خمسة . . . عدوها معــايا كده . . . !

وأمسك الشيخ « عبد السميع » بالطباشير وشرع يكتب على السبورة ويقول:

وقفز الى ذهن الصغير ((مدحت » سؤال لم يجرؤ ان يقاطع الشسيخ ليساله عنه ، فانصرف يفكر فيه ، وسرح بعيها عن الدرس ، كان السؤال هو : يظهر أن الاسهاء الخمسة هي أسماء العائلة ، ففيها الاب والاخ ، فلماذا لم يضعوا ((الام)) مع العائلة ؟ أتراهم لا يحبونها ؟ انهم مخطئون ، هو شخصيا يحب أمه انهم مخطئون ، هو شخصيا يحب أمه ويحب أن يضمها الى بقية العائلة في الاسماء الخمسة ...

وانتبه على صوت الشيخ « عبد السميع » وهو يقول:

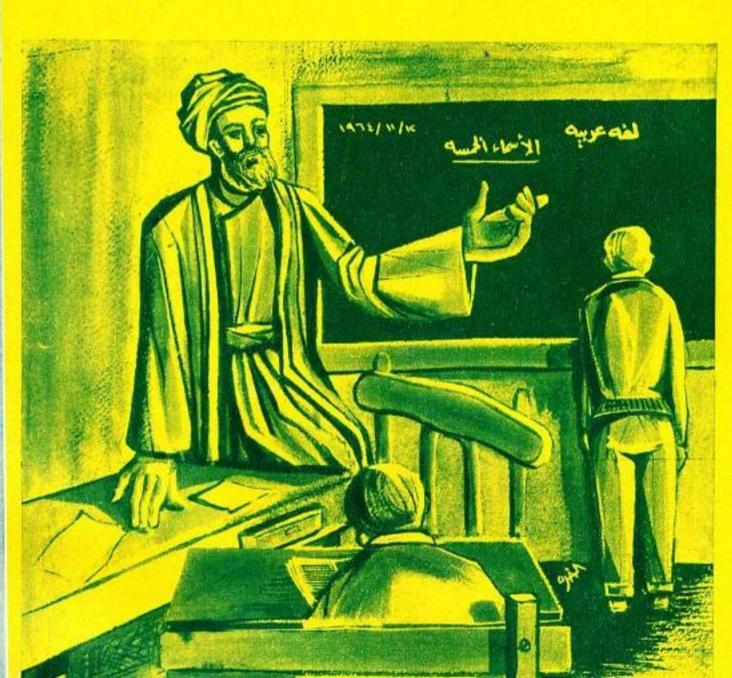
وفوك من الاسماء الخمسة .. وفوك من الاسماء الخمسة .. وفوك يا أولاد يعنى فمك .. بقك. فقول (فوك نظيف) يعنى .. فمك نظيف .. ونقول يا أولاد (ذو مال» يعنى عنده فلوس .. فمثلا ((ذو المال سعيد ..) ..

وزاى ما أنتم شايفين يا أولاد.. الاسماء الخمسة كلها آخرها واو .. يا سلام! .. هذا درس سهل جدا .. فكل اسم آخره واو نعتبره من الاسماء الخمسة .. يعنى الخمسة .. يعنى الخمسة .. الخمسة ..

وانتبه « مدحت » مدعورا على صوت الشيخ « عبد السميع » بناديه :

مدحت . . هات آسسه من الاسماء الخمسة في جملة مفيدة ؟ . وهب من مقعده في فزع وقد تبخر من ذهنه كل ماسمعه من الدرس ، ونظر الى السبورة فوجد الشيخ قد مسح ما عليها من كتابة ، وطال صمته ، فقال الشيخ مستحثا :

- قوام يا ((مدحت)) . . اسم من



الاسماء الخمسة في جملة مفيدة . . بسرعة ! . .

ولوح في وجهه بعصا رقيقة . فأسرع لسانه لانقاذه من العصا . وقال في سرعة ..

- أحب الفيتو ..

ووجم الفصل لحظ .. ثم الطلقت فيه عاصفة من الفسحك وأشار الشيخ اليه يناديه 4 فاتجه نحوه مترددا حتى وقف أمامه يرتعد من الخوف ، وهز الشيخ عصاه في وجهه وقال له:

- أنت تستحق الضرب عشان سرحان .. لكن مش ح أضربك المرة دى .. وشك في الحائط ..

وتشجع التلاميك عندما راوا الشيخ يعفو عن (امدحت) فقال احدهم: - أشرح لنا الفيتو يعنى أيه يا استاذ ؟ .

لا ياواد ١٠٠ ده مش في المقرر.. ولكن التلامية ضيحوا مؤيدين زميلهم ، وحاول الشيخ مرابا ان يعود الى الاسماء الخمسة ، ولكن التلاميات أصروا على أن يشرح لهم

الفيتو ، فصمت فليسلا ، وشردت نظراته ، ثم بدأ يقول ..

- الفيتو يا أولاد يعنى الاعتراض

. أعتراض ذى أيه ؟ ذى لما تيجى الدولالا ستعمارية في مجلس الامن وعاوزة تعمل قراد بعمل حرب عالمية .. تقوم روسيا تقول فيتو .. يعنى اعترض .. يقوم يتلفى القراد . . فأدار « مدحت » راسه بعيدا عن الحائط وسال :

- وما تقومش الحرب ؟

- لا ... خلاص ما تقومش .. ومضى (مدحت) يتطلع الى عيون زملائه .. وشرد عن الشيخ والاسماء الخمسة .. كان يحلم بهذا اليـوم الذي يكون فيه من حق جميــع الشعواب الصغيرة أن تقول ((فيتو » فتمنع الحرب .. فهذا اليــوم سيحمل لامه .. ولكل ام مريضة ـ سيحمل لامه .. ولكل ام مريضة ـ الدواء المصنوع من الذرة.. وسيجعل الدواء المصنوع من الذرة .. وسيضمن لكل السكليت .. وســيضمن لكل السان حياة فيها أمن وسلام ..

اختيار: وليم المري

عا برة حيط كبيرة ، جميلة ، ملوسة سهلة المتركيب! زنسختك من الآن! العث + السفية - 0 مليما

جربيرة المبوعية تشترك أنت في تحريرها تصرر طريق أحد عجانا



فمثل هذا اليوم

اعدد الناصر» ارفع وسام في الدولة الى الكاتب الكبير « تو فيق الحكيم » . . .

للشاعر : سمير عبد الباقي

الحذاء ألا تحرفى مسرح الأطفال

تشاهد قريبا مسرحية الحذاء الاحمر لمؤلفها « هاتز كريستيان اندرسن » رائد أدب الاطفال في العالم .. أن مسرح الاطفال يقوم الآن بالبروفات النهائية تمهيدالعرض السرحية . يشترك في هذه المسرحية النجوم: «محمديحيي، أميره اسلام ، صفاء أبوالسعود، نادية أبو السعود ، اكرام عزو وغيرهم ..

الجديد في مسرح الاطفال انه سيقدم الروايات القررة على المدارس في مراحلها المختلفة لان هذا يساعد كثيرا على فهمها المختلفة الن هذا يساعد كثيرا على فهمها



محمد يحيي بطل السرحية مع شقيقه

وصلتنى والتى يطلبون فيها وصلتنى والتى يطلبون فيها الاشتراك في المسرح فعليهم التوجه للاستاذ ((حسين فياض)) بمسرح الهوسابير يوم الجمعة صباحا وهو سوف يختبرهم وبشركهم على الفور اذا كانوا صالحين ..

> قراءة سريعة لحوادث السرحية..



يا سلام ع الفيط اللى زرعناه
وتعبنا كتي
وعرقنا لحد ما بحر عرقنا دواه
يا سلام ع الزرع أشكال والوان
وعلى العصافي
عادفاه زى احنا ما عادفينه
فدان ... فدان
يا سلام ع الشجرة أما بتطرح
ويبان الخي
وتقول : الله .. الله ..
يا ليالى الفرح
عرق الجدعان مرصوص على عوده سنابل قمح
يا سلام ... يا سلام

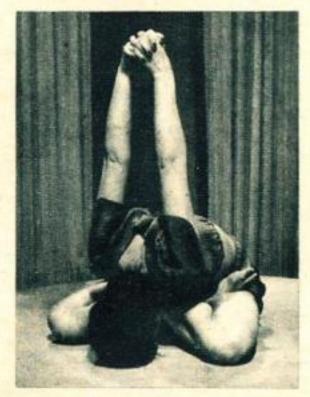




اليوجا

س ؛ ماما لبنى . . من فضلك قسولى لى ماهى « اليوجا » الضبط ؟

ج: ((اليوجا)) رياضة روحية هندية للتامل الفلسفى والتقشف، يقصد بها توحيد روح المتامل بالروح الكونية ، وعن طريق هذه الرياضة يمكن علاج بعض الامراض والعيوب الجسمية والنفسية . .







السعادة

س : عمرى ١٤ سنة ٠٠٠ وفى سنى هذه تعرضت لكثير من المشاكل ، وصادفتنى متاعب لا حصر لها ٠٠٠ تجديننى دائما حزينة ٠٠٠ وأتساءل كثيرا ، ما معنى الحياة ١ وباختصار أنا فير سعيدة ، وأتساءل أيضا ، هل هناك شيء اسمه السعادة ١٠٠

فاظهة ـ السويس ج : ابنتى ... لقد تأثرت برسالتك كثيرا ، ورسالتك التى كتبتها باختصار تدل على نضج كبير ، وعلى احساس مرهف ... انك في سن استكشاف ودوار جسمانى وانفعالى كبير .. لا شك أن في كل فترة من فترات حياتنا .. الاوقات السعيدة ، والاوقات الفير سعيدة ، ومن أحس بالالم مثلك فمن السهل عليه أن يحس بآلام الآخرين ... ويمكنك أن تصلى فمن السهل عليه أن يحس بآلام الآخرين ، في الايام الثقيلة رددى الى السعادة عن طريق اسعاد الآخرين ، في الايام الثقيلة رددى لنفسك ومل قلبك الثقة بأنها ذات يوم... ستصل الى نهاية... استمتى بالاشياء الجميلة التى حولك ، وثقى بأن لكل مشكلة حلا ، ولكل مرض علاجا ، وكل ليل له آخر ...

ردودسريعية

الى العسديق احمد عبد الجليل: في انتظار انتاجك من الرسم دائما لا نشره في باب: نادى الرسم الذى سنقدمه قرببا السديق سعيد محمد: اشغل وقتك بالرحلات والنشاط الاجتماعي ، ومارس اى نوع من انواع الرياضة : كرة قسدم ، تجديفك ـ أو السسباحة في الصيف .

العلمى ، والمفروض ان تكرون نظرتك للامور نظرة علمية تؤمن العلمى ، والمفروض ان تكرون نظرتك للامور نظرة علمية تؤمن بالتجربة . يقينا انه لولا التجربة والتجربة الفائلة بالذات لما استطاع الكثير من العبراقة المتفلوقين ان يصلوا الى الكثير من الانتصارات ، ولو ان مدام « كورى » انهارت بموت زوجها، واستسلمت ويئسست ، لما اكتشفت الراديوم ، الستمعى في هذا ؟ في انتظار رسائلك دائما بأن نظرتك للامور قد تغيرت . .

هونج كونج بد أن تحكيك ف

س : ماما لبنى ، نريد أن نحكمك فى خلاف وقع بيننا فى البيت ، أختى تقول أن « هونج كونج * جزء من الصين ، وأبى يقول أنها ليست من الصين ولكنها بلد قائم بذاته ، وأنا أاقول أنها جزء من اليابان ، من منا على حق من فضلك ؟

ج : اختك على حق ، « فهونج كونج » جزء من الصين مع الها خاضعة للحكم البريطاني. . ويمكن أن تقول أن « هونج كونج» جزيرة صينية تستعمرها بريطانيا

هواة المراسلة

حارة درويش . عابدين . القاهرة

الصديق: أشرف جودة خليسل - ١٥ ش سوارس ، السكاكيني - القاهرة

الصديق : ماهـر
 يونان مرقص حنا شـارع

الصديقة : هدية أحمد نصار - ٢ حارة درويش ، عابدين القاهرة أديا الصديقة : ثريا أحمد نصار - ٢ حارة درويش ، عابدين ، القاهرة

الصديق : ناجى السيدادي - ٢ مسعد الشينادي - ٢

بفلمنج رمل الاسكندرية ...
الجمهورية العربية
الصديق : محمد ممدوح زكى ٢٤ شدادع الاكبر محطه

الوزير الصالح رقم ٢٢

ممدوح زكى ٢٣ شسادع الاسكندر الاكبر محطف الازاريطسة شسقة ٣ الاسكندرية _ الجمهورية العربية



• قصة جميلة ... حوادث مثيرة ...

تنقل لا عالم ألف ليلة وليلة اسحرى

انتظر الاحدالقرام مليما مجلة سمير + الكتيب = ٣٠٠ مليما

